

自己紹介

八木仁美

- 4人兄弟の末っ子。26歳で結婚、4人の子育て。38歳の時、父親の病気、介護のためにヘルパー2級取得。父親他界後、資格を活かし社会復帰。
- 主任介護支援専門員（現職）
- 社会福祉主事・保育士・幼稚園教諭・福祉住環境コーディネーター2級（他）
- 京都府介護支援専門員会乙訓ブロック委員長
- 下京区介護認定審査会委員・長岡京市介護認定審査会委員（副合議体長）
- 令和3年度厚生労働省「仕事と介護の両立支援」モデル研修講師
- 介護支援専門員法廷研修Ⅰ講師
- 八条が丘自治会長 長岡京市生活環境審議会委員（他）
- 京都府男女共同参画審議会委員

超高齢社会とSDGs



SDGs

超高齢社会

関連性のある目標

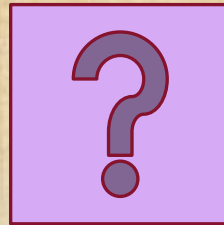
3 すべての人に
健康と福祉を



11 住み続けられる
まちづくりを



10年後の自分



20年後の自分



超高齢社会

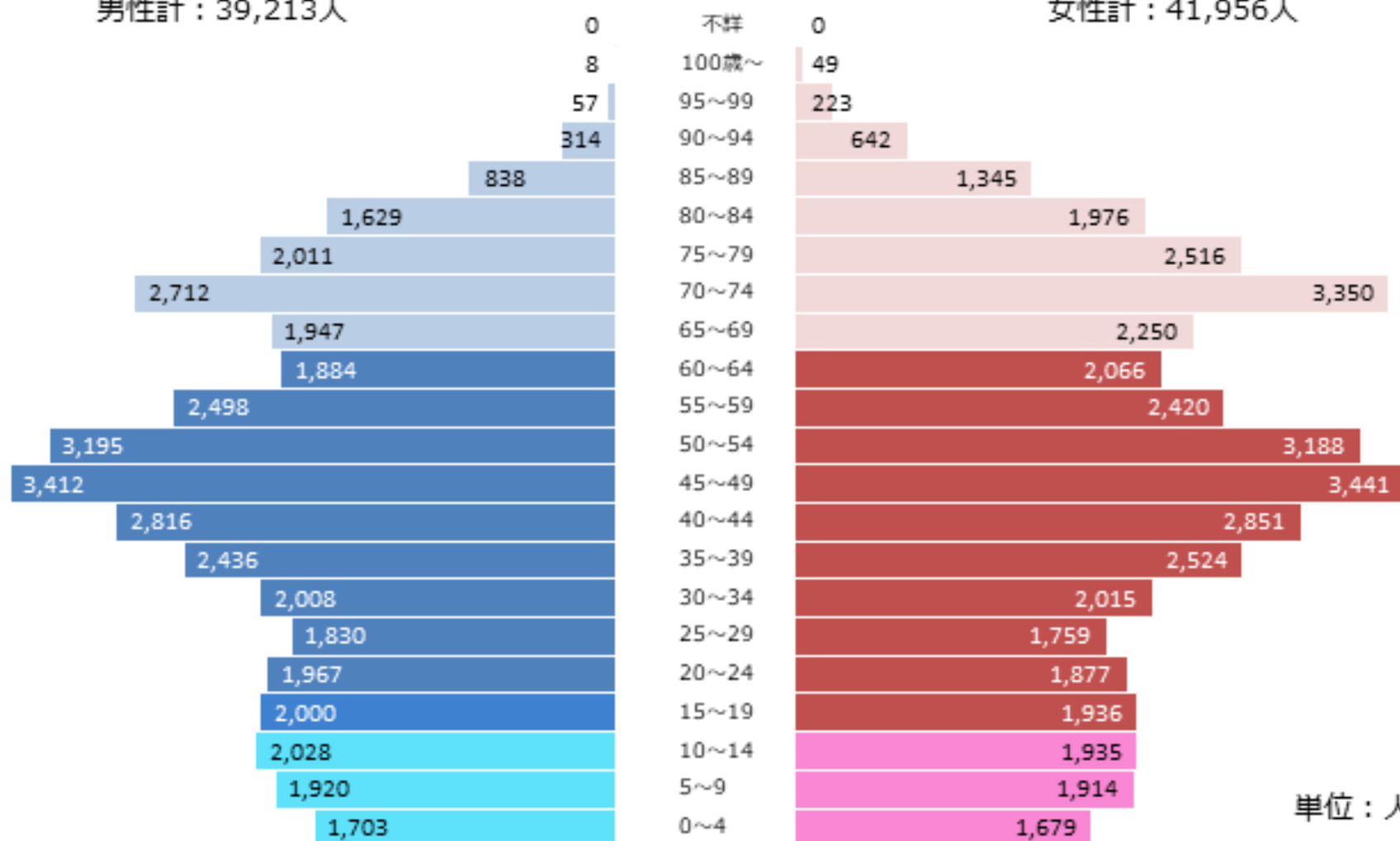
65歳以上が国の人口の21%
以上を占めている社会

28.9% (2022年)

長岡京市の2022年1月1日の人口構成 (住民基本台帳ベース, 総人口)

男性計：39,213人

女性計：41,956人



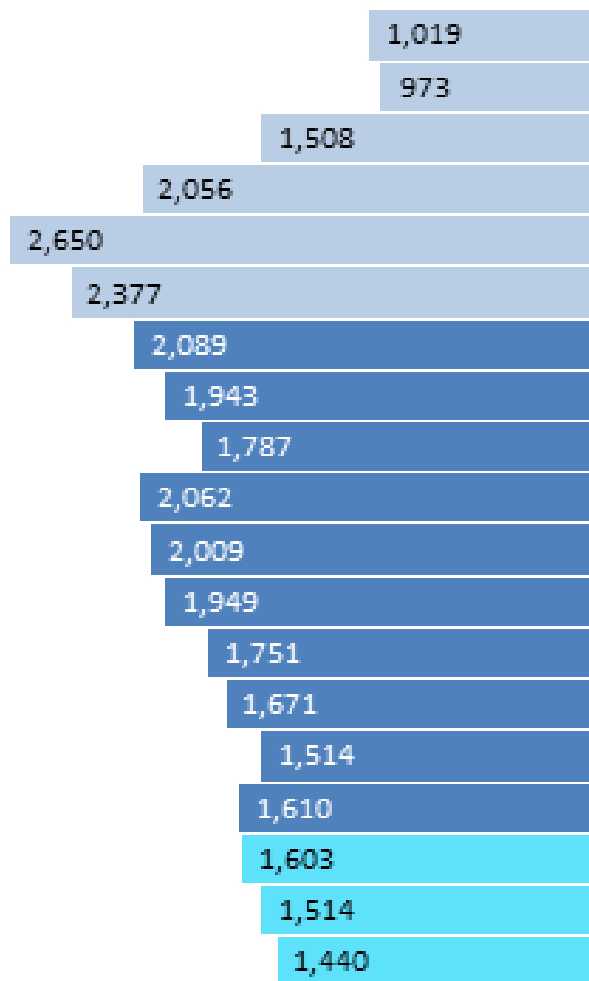
単位：人
© jp.gdfreak.c

2022年の長岡京市人口

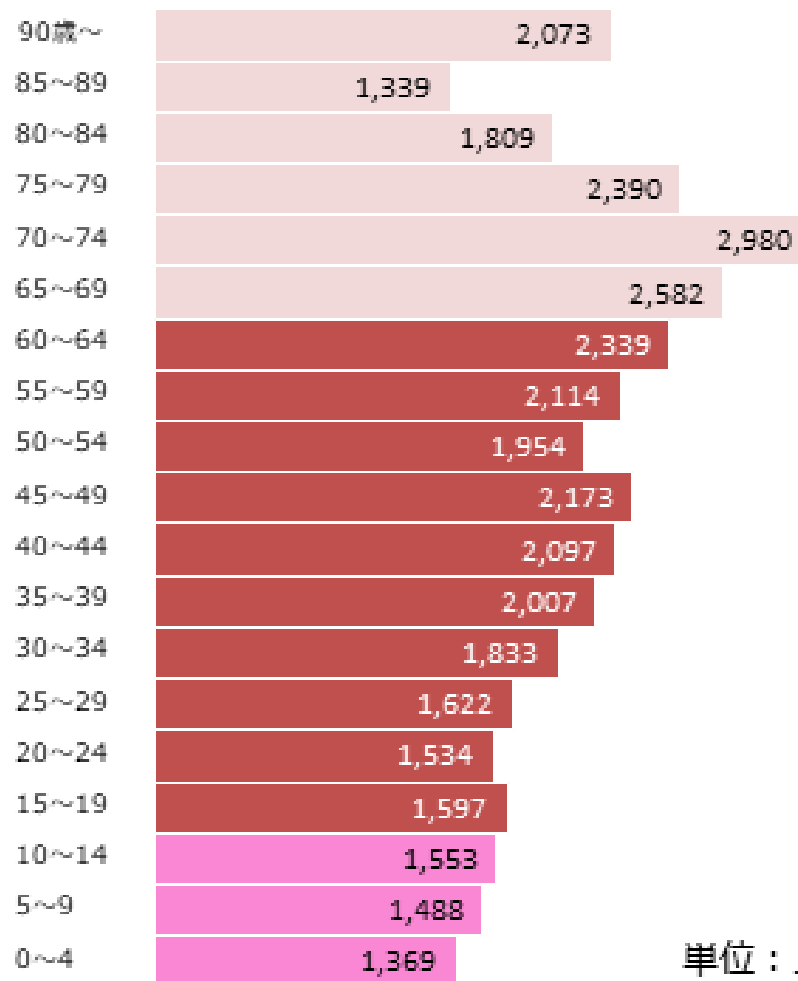
- 高齢化率26.9%
- 65歳以上の人口3.7人に1人
- 75歳以上の人口7.0人に1人
- 高齢者(65歳以上)と生産年齢人口(15～64歳)の比率は、1対2.2

2045年 長岡京市の人口構成 (予測)

男性計：33,525人



女性計：36,853人



単位：人

© jp.gdfreak.

2045年の長岡京市人口予測

- 高齢化率33.8%
- 65歳以上の人口3.0人に1人
- 75歳以上の人口5.3人に1人
- 高齢者と生産年齢人口の比率は、1対1.6
- 1人ないし2人の青年・壮年・中年が1人の65歳以上の高齢者を支えていく社会

喫緊の社会課題

- 2030年～2045年、未来から逆算して今から取り組むべきことは？
- 健康寿命の延伸

2021年の平均寿命は男性が81.47歳、女性が87.57歳、健康寿命の最新データが2019年に公表^(*)されていますが、それによると男性は72.68歳、女性は75.38歳

参考：厚生労働省「令和3年簡易生命表の概況」

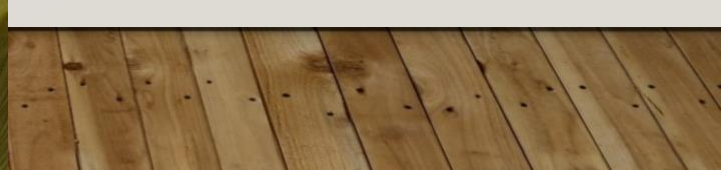
健やかな未来のために

加速する社会の高齢化において、
一人ひとりがSDGsに取り組むことで
社会課題の解決と持続的な発展の
両立を図ることができます。

健やかな未来のために

- **楽しく暮らす** . . . 家族、友人、近隣、地域とのよりよい関係 . .
- **元 気** . . . 健康管理・体力作り・外出・規則正しい生活 . .
栄養・食事・口腔ケア・定期健診 . . .
- **生きがい** . . . 仕事・ボランティア・地域、社会活動、趣味活動
- **もしもの時** . . 延命治療・介護状態 → 考えておく、家族で話す





最大の資源は人

準備ができる

老化予防

ご清聴ありがとうございました。

10年後20年後の皆さんの
活躍を期待しています。